

〔原 著〕

グループ運動表現療法におけるリーダーの態度構造と継時的変化 —初心リーダーを対象として—

浅井健史*

要 約

本研究の目的は、グループ運動表現療法におけるリーダーの態度構造とその継時的変化を縦断的に検討することであった。初心リーダー1名を対象に、3回にわたりPAC分析を実施し、セッションの進行に関する態度構造を調べた。その結果、状況に即応する「臨機応変」なリーダーシップから、グループ・プロセスを予測・操作する「戦略的」な働きかけを重視する態度へと変化が見られた。またリーダーの直接的な働きかけだけでなく、メンバーと対等な関係性を築き、ともにセッションを楽しむことで「楽しくリラックスできる雰囲気づくり」を目指すようになった。さらにメンバーが安心できるグループを形成するための「枠組みづくり」を、メンバーへの関わりを支える前提として重視するようになった。これらはリーダーの認知面での熟達化過程を示すものと考えられた。

キーワード：グループ運動表現療法，リーダー，態度構造

I. 目的

グループ運動表現療法(以下、運動表現療法と略す)は、マッサージ、ゲーム、リラクゼーションなどの身体活動を伴う複数のメニューを組み合わせで行う、構成的グループ・アプローチである。身体活動、集団、遊びの持つ治療作用を併用し、心身の自然な状態を回復することを目的とする(箕口ら, 1998)。1987年に町田市民病院神経科において、うつ病患者へのアプローチとして開発・導入された。現在は複数の総合病院精神科や精神科デイケアなどで実施されており、適用対象は統合失調症、健常者のストレス・マネジメントなどにも拡大している。本研究のフィールドとなる町田市

民病院神経科の運動表現療法は、週1回・約1時間の外来グループとして5-10名程度の人数で実施される。そこでは臨床心理士の指導のもと、心理学専攻の大学院生・大学生がリーダーやコ・リーダーなどの運営スタッフをつとめる。

運動表現療法では以下に示すような基本メニューを、リーダーの主導により行う(Table 1.)。セッション時間は約60分である。前半は比較的構成度の高いメニューからなり、メンバーをウォームアップし、心身の緊張を取り除き、リラックスをはかる。後半はやや活動性が高く、自由な動作や感情表現を伴うメニューからなり、心身の活性化を目指す。

* 明治大学兼任講師

(Table 1.) メニューの内容と流れ

①自己紹介, 身体ほぐし	メンバーは円坐し, 1 人ずつ自己紹介しながら, 体のほぐしたいところをほぐしていく. 他のメンバーは同じ動作をする.
②ペアマッサージ	2 人ペアをつくり, 互いに 5 分程度マッサージする.
③リラクゼーション	照明を消し, 静かな音楽をかける. メンバーは好きな場所に横臥して 10 分ほど休む.
④ゲーム	皆で楽しめるゲームを行う. 内容は人数, メンバー構成など, グループ状況を考慮して選ぶ.
⑤リズム体操	メンバーは円になって立ち, リズムのある音楽に合わせて, 1 人ずつ自由に体を動かす. 他のメンバーは同じ動きをする.
⑥おたけび	メンバーは円になり手を繋ぎ, 輪の真中に走りこみながら一斉に「わー」と大声を出す.
⑦感想 (シェアリング)	円坐し, セッションの感想を述べて終了する.

これまで筆者らは, 運動表現療法のセッションの効果に影響を及ぼす変数の 1 つとして, リーダーの役割や進行法に焦点を当てて検討してきた (浅井, 1999, 2002; 浅井ら, 1998, 2004). 本研究の目的は, ①運動表現療法においてリーダーがセッションの進行をどう認識しているか, ②それがリーダー経験を重ねることでどう変化するかについて, 初心リーダー 1 名を対象として縦断的に検討することである. リーダーの熟達化プロセスを認知的側面から分析するとともに, リーダー育成のための基礎資料としたい。

なお本研究では, PAC 分析 (個人別態度構造分析; 内藤, 1997) を調査方法に用いる. これはある連想テーマに対して個人が持っている態度や認知の構造について, 統計的客観性を保持しつつ個性記述的に研究する方法である. 本研究で実施した PAC 分析の手順は, 次のようである。

- ①当該テーマに関する連想を, 思いつく限り名刺大のカードに書き出してもらう。

- ②得られたカードで対を作り, 全ての対の類似度を 7 段階で評定してもらう。

- ③評定された類似度距離行列についてクラスター分析 (ウォード法) を行い, 対象者の態度構造を示すデンドログラムを作成する。

- ④対象者に半構造化面接を行い, 抽出されたクラスターの解釈や感想を尋ねる。

- ⑤上記の結果をもとに, 対象者の態度構造について調査者が最終的解釈を行なう。

II. 方法

1. 対象者

町田市民病院神経科の運動表現療法に継続的に参加している 20 代の男性スタッフ 1 名 (A 氏)。大学の心理学科を卒業し, 2 ヶ月ほどコ・リーダーとしてセッションに参加した後, リーダーをつとめるようになった。それ以前の臨床経験はなかった。

2. 調査時期と手続き

A氏に対して約1年の間隔をおき、3回にわたりPAC分析を行なった。各回とも、A氏がリーダーをつとめたセッションの直後に実施した。連想テーマは、「自分がリーダーをする際に重要と思うこと、または留意していること」とした。

第1回調査は2001年10月、A氏が初めてリーダーをつとめた後に実施した。第2回調査は2002年9月に実施した。この時点でのA氏のリーダー経験は、約20回であった。また新たに2箇所の臨

床現場で、非常勤職員として勤務し始めていた。

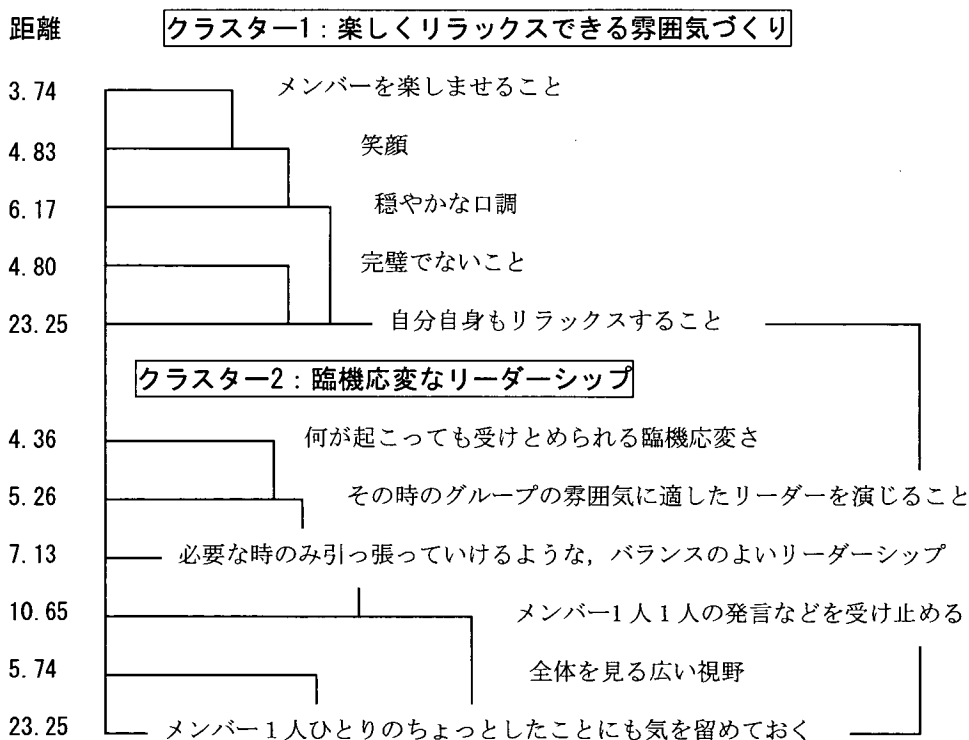
第3回調査は2003年8月に実施した。この時点でのリーダー経験は、約40回であった。また現場の仕事を続けながら同年より大学院に進学し、臨床心理学を学んでいた。

Ⅲ. 結果

1. 第1回PAC分析

11項目が連想された。クラスター分析の結果、解釈可能な2クラスターが抽出された(Figure 1.)。

(Figure 1.) クラスター分析結果：第1回



クラスター1は、【メンバーを楽しませること】【笑顔】【穏やかな口調】【完璧でないこと】【自分自身もリラックスすること】の5項目から構成される。〈楽しくリラックスできる雰囲気づくり〉と解釈した。セッションの目標を達成する上で、グ

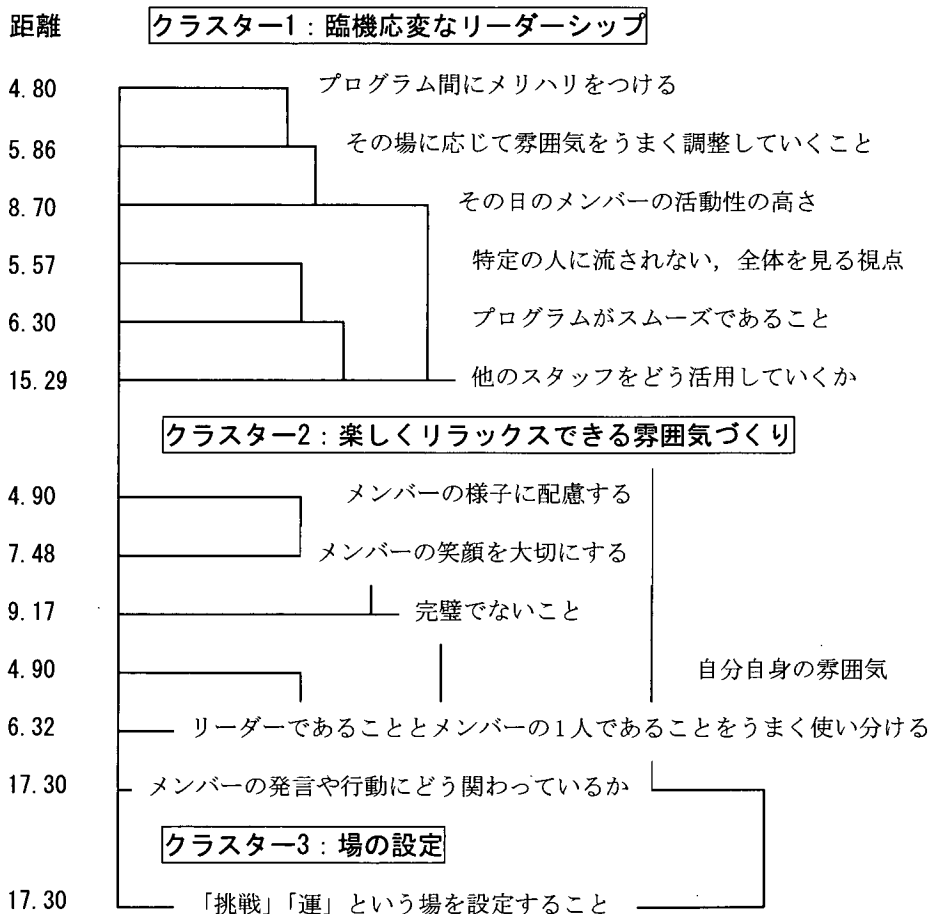
ループの雰囲気は重要な役割を果たしている。リーダーはその形成に大きな影響を及ぼすため、さまざまな点に留意すべきとA氏は考えている。具体的には口調や表情、ユーモアなどによりメンバーを和ませる働きかけである。さらに自分自身が

リラックスするとともに、時には間違えるなど、メンバーから親近感を持たれる存在となることである。すなわちA氏は、セッションでの自然なあり方や態度を示すモデルとしてメンバーから認知されることを目指している。

クラスター2は、【何が起こっても受けとめられる臨機応変さ】【その時のグループの雰囲気に適したリーダーを演じる】【バランスのよいリーダーシップ】【メンバー1人1人の発言などを受けとめる】【全体を見る広い視野】【メンバー1人1人のちょ

っとしたことにも気を留めておく】の6項目から構成される。〈臨機応変なリーダーシップ〉と解釈した。A氏は特定のメンバーが孤立したり取り残されないよう気をつけており、そのために適宜リーダーの介入が必要と考えている。とはいえ、グループの自然な流れやメンバーの自発性に委ねることも重視している。そしてグループや各メンバーを注意深く観察して状況を見極めることを、リーダーが適切に対応するための前提と位置づけている。

(Figure 2.) クラスター分析結果：第2回



2. 第2回PAC分析

13項目が連想された。クラスター分析の結果、

解釈可能な3クラスターが抽出された(Figure 2.)。

クラスター1は、【プログラム間にメリハリをつ

ける】【その場に応じて雰囲気調整していく】【その日のメンバーの活動性の高さ】【特定の人に流されない、全体を見る視点】【プログラムがスムーズであること】【他のスタッフをどう活用していくか】の6項目から構成される。〈臨機応変なリーダーシップ〉と解釈した。リーダーがグループ状況をよく観察しつつ、セッションの目標達成に向けて能動的に働きかけることをA氏は重視している。

クラスター2は、【メンバーの様子に配慮する】【メンバーの笑顔を大切にすること】【完璧でないこと】【自分自身の雰囲気】【リーダーであることとメンバーの1人であることをうまく使い分ける】【メンバーの発言や行動に自分がどう関わっているか】の6項目から構成される。〈楽しくリラックスできる雰囲気づくり〉と解釈した。A氏はグループ状況だけでなく、自己の状態も観察しようと心がけている。それにより自己の関わりにおけるメンバーシップとリーダーシップのバランスを調節し、グループに楽しく居心地よい雰囲気を創出しようと努めている。

クラスター3は、【挑戦、運という場を設定すること】の独立した1項目である。〈場の設定〉と解釈した。これはメンバーにとって運動表現療法がどんな意義を持つのか、メンバーに益するために何をすればよいかを自問するうちに生成された視点である。具体的には「ゲーム」において、何かに挑戦したり、不利な状況から逆転できるよう工夫が挙げられる。そうした達成体験がメンバーの自信獲得につながるとA氏は考えている。

3. 第3回PAC分析

13項目が連想された。クラスター分析の結果、解釈可能な3クラスターが抽出された(Figure 3.)。

クラスター1は、【リーダーもセッションを楽し

む】【完璧でないこと】【リーダーもたまには自己主張する】【BGMにテーマ、流れを持たせる】【セッション前にもおしゃべりする】の5項目である。〈楽しくリラックスできる雰囲気づくり〉と解釈した。まずリーダーの楽しむ姿勢が重要であり、「リーダーが楽しめば、それが患者に伝わり、セッションの雰囲気も変わってくる」とA氏はインタビューで述べている。同様に、リーダーが意見や感想を率直に表明することは、「リーダーもグループの一員である」というメッセージとなり、心地よい雰囲気づくりにつながると考えている。

クラスター2は、【メンバーの笑顔や発言に必ず反応する】【グループ全体での決定を大切にすること】【メンバーの笑顔や発言が表出されやすい場の設定】【運や偶然性の絡む場を設定する】【自分の発言や行動1つひとつの意味を考える】の5項目である。〈戦略的リーダーシップ〉と解釈した。意図した反応を生じさせるために、リーダーが能動的・戦略的に行なう関わりである。事前準備や介入により、セッションの目標を達成できる場のコンテキストを生成することをA氏は重視している。

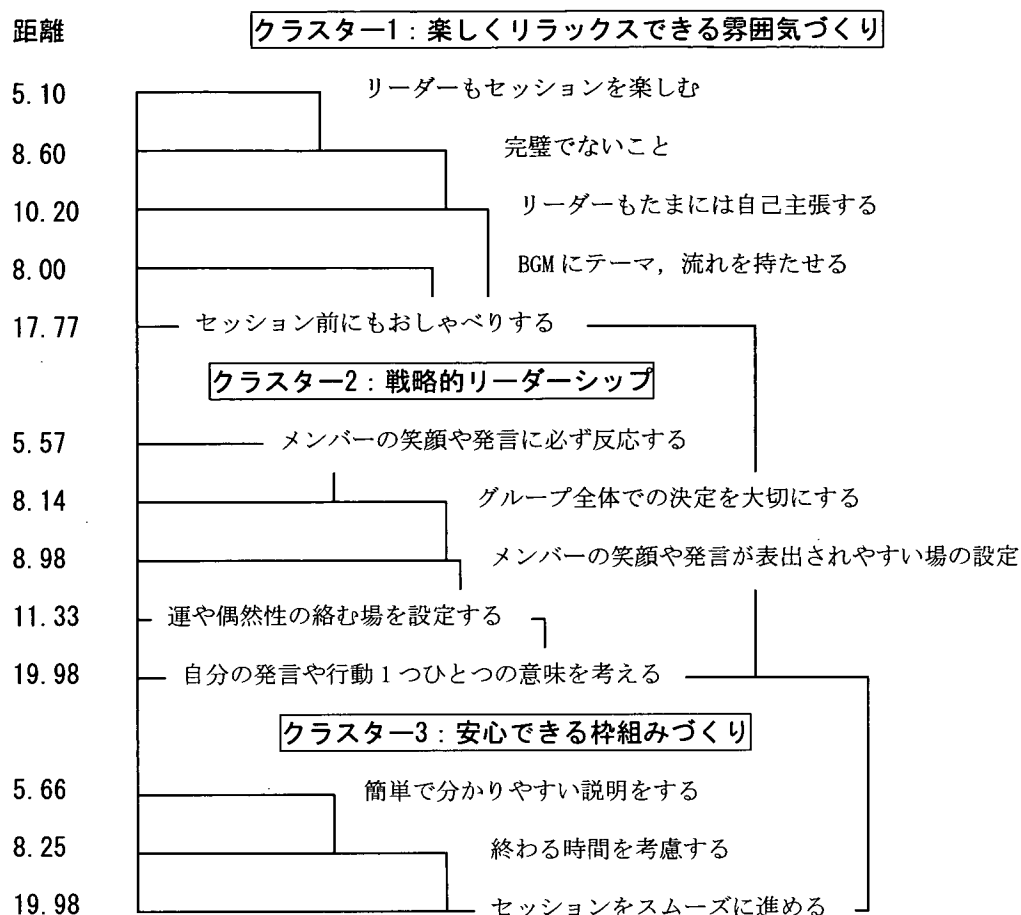
クラスター3は、【簡単で分かりやすい説明をする】【終わる時間を考慮する】【セッションをスムーズに進める】の3項目である。〈安心できる枠組みづくり〉と解釈した。簡明な説明によりタスクを明確化すること、時間枠を守ること、セッションの流れを停滞させないことで、メンバーは安心してセッションに集中できるとA氏は考えている。

IV. 考察

1. リーダーシップのあり方

各回とも「リーダーシップ」に関わるクラスターが抽出されたが、その捉え方には変化が見られた。

(Figure 3.) クラスター分析結果：第3回



第1回（クラスター2）および第2回（クラスター1）では、「臨機応変なリーダーシップ」に焦点を当てている。運動表現療法では、メンバーが各メニューを体験するだけでも、ある程度の効果を得ることができる。とはいえ、リーダーがそのセッションのメンバー構成や特徴を把握し、メンバーの言動、グループの雰囲気、生起する出来事に適切な対応をとることで、メニューの有効性を高めたり、集団力動を治療的に活用できる（浅井ら、1998）。したがってセッションの目標を達成するために、リーダーの「臨機応変さ」は不可欠といえる。

第1回での「臨機応変さ」は、リーダーがセッションで生じたグループ・プロセスを的確に理解し、柔軟に対応するという、やや受動的なニュアンスが強い。実際に多くの初心リーダーは、メニューの説明や場面構成などの「型」をこなすのに手一杯であり、「型」を離れた「臨機応変」な対応は難しい。それだけに、A氏には自身が取り組むべき課題として強く意識されるのであろう。これに対して第2回（クラスター1）では、【プログラム間にメリハリをつける】【プログラムがスムーズであること】【他のスタッフをどう活用していくか】など、「臨機応変さ」の中に能動的・戦略的な

ニュアンスが出現している。すなわち、リーダーが「プログラム」「スタッフ」などのセッションを構成する枠組みに働きかけることで、グループ・プロセスを調整する視点が加わっている。さらに第3回（クラスター2）では、第2回（クラスター3）で独立した1項目であった「場の設定」が「リーダーシップ」のクラスターに併合され、能動的・戦略的なニュアンスが一層強くなっている。すなわちリーダーが自らの援助観に基づいてセッションの枠組みを操作し、メンバーに肯定的な体験をもたらそうとする態度へと「リーダーシップ」の捉え方が変化している。また「臨機応変さ」に関する項目が挙げられていない理由として、経験を積んで気持ちに余裕が出たことと、枠組みへの働きかけによりグループ・プロセスを予測できるようになったことが考えられる。

以上の経過は、リーダーの熟達化を認知面から示すものであろう。すなわち当初はセッション内で起こるプロセス自体に注目し、それに「臨機応変」に対応することで目標達成を目指していた。やがて複数の臨床現場に関わるようになった影響もあり、自己の明確な援助観が形成されていった。またセッションを構成するさまざまな枠組みが生起するプロセスに影響を与えるという、治療構造の視点も獲得されていった。それに伴い、セッションの枠組みに働きかけることを重視する、戦略的な態度を用いて目標達成を目指すようになった。

2. 楽しくリラックスできる雰囲気づくり

「楽しく、リラックスできる雰囲気づくり」のクラスターは各回で出現しており、A氏にとって重要なテーマであることがうかがえる。そうした雰囲気をどう形成するかについて、A氏の捉え方に継時的変化が見られる。

第1回（クラスター1）では、リーダー自らがリラックスしたあり方を示すことで、メンバーのモデルになろうと努めている。またメンバーを楽しませる働きかけにより、心地よい雰囲気を提供しようとしている。初心リーダーは余裕がなく緊張しがちであるが、A氏も初回セッションで「リラックスできなかった」と述べている。過度の緊張によってメンバーを不安にさせないために、取り組むべき課題としてA氏は捉えている。これに対して第2回（クラスター2）では、たとえリラックスできなくても現在の自分を受け入れ、逆にそれを活用してグループに関わっていく態度が出現している。すなわち気負ってメンバーのモデルを目指すよりも、ありのままの自分を出してグループに joining し、安心できる雰囲気を醸成しようとしている。さらに第3回（クラスター1）では、リーダーがメンバーの1人の立場でセッションを楽しみ、率直に自己開示するニュアンスが強まっている。つまりリーダーとメンバーが対等な関係性を形成し、同じ視点に立つことで、親密で相互協力的な風土が自然に生まれる。それが「楽しくリラックスできる雰囲気」として作用するとA氏は捉えている。

以上から「楽しくリラックスできる雰囲気づくり」の方法について、自己のメンバーシップを利用してグループの力を引き出すなど多彩さを増しており、A氏のリーダーとしての熟達化を示すものと解釈できる。

3. 安心できる枠組みづくり

これは第3回（クラスター3）で初めて生成されたクラスターである。「時間枠の遵守」「タスクの明確化」というセッションの安全枠の維持が、メンバーとの直接的な関わりである「リーダーシッ

ブ」「雰囲気づくり」と独立した次元で捉えられるようになった。すなわちセッションの基本的枠組みはメンバーに安心感を提供するとともに、各メンバーやリーダーによる関わりを有効にするための重要な前提となる。したがってリーダーはこれを意識的に確立し、維持する必要があるとA氏は考えている。回を追ってA氏の態度構造が分化してきたことから、リーダーとしての熟達化がうかがえる。

本研究は探索的な試みながら、A氏への3回にわたるPAC分析を通して「リーダーシップ」「雰囲気づくり」「枠組みづくり」などを鍵概念に、運動表現療法におけるリーダーの態度構造と認知的熟達化を考えることができた。これを出発点にリーダー育成に役立つ、より妥当性の高いモデル構築に向けた取り組みを進めたい。今後の検討課題として、第1にこの結果がA氏に特異的な傾向なのか、他のリーダーにも適用可能な普遍性を持つのかを、対象者を拡大して調査する必要がある。第2に認知的側面だけでなく、実際のセッションにおける行動と関連させてリーダーの態度や熟達化を検討する必要もあろう。

謝辞

調査に多大なご協力をいただきましたAさん、

ご指導をいただきました箕口雅博先生（立教大学現代心理学部）、運動表現療法関係スタッフの皆様
に深謝いたします。

引用文献

浅井健史（1999）グループ運動表現療法の進行法に関する事例研究．専修大学心理教育相談室年報, 5, 74-82.

浅井健史（2002）グループ運動表現療法の進行法に関する事例研究(2)－大学生を対象としたセッションを取り上げて．教育臨床心理研究, 5, 33-42.

浅井健史・箕口雅博(2004)グループ運動表現療法におけるリーダーの役割の検討－発言分析を通して．日本集団精神療法学会第21回大会抄録集, 41.

浅井健史・中村美保（1998）グループ運動表現療法におけるリーダーの進行法に関する一考察．専修大学心理教育相談室年報, 4, 58-63.

箕口雅博・千田茂博・伊藤隆一（編）（1998）運動表現療法の実践－ボディワークを用いたグループ・アプローチ．星和書店.

内藤哲雄（1997）PAC分析実施法入門－「個」を科学する新技法への招待．ナカニシヤ出版.

Leader's Personal Attitude Construct and its Change in Group Movement Expressive Therapy: An Examination of a Novice Leader

Takeshi ASAI

ABSTRACT

The purpose of this study was to examine the attitude construct and its changing process of the leader in Group Movement Expressive Therapy (GMET). The subject was a novice leader and PAC (Personal Attitude Construct) analysis was conducted three times for the period of two years. The results were as follows. Initially he emphasized on "flexible leadership" which intended to respond immediately to the circumstances, but the focus gradually changed to "strategic leadership" which intended to anticipate and control the group processes. He has acquired the attitude of "making enjoyable and relaxing atmosphere" through interacting with the participants based on equal relationship. And he has learned to see "making the structure" as an important condition for providing the participants with feelings of security. These results showed a process of how the leader became expert in GMET from a cognitive aspect.

Key Words: Group Movement Expressive Therapy, leader, Personal Attitude Construct